

Surf Fit銀座本店 Lesson Schedule

更新日2019/1/20

2019/2/1~2019/2/8

	2月1日(金)	2月2日(土)	2月3日(日)	2月4日(月)	2月5日(火)	2月6日(水)	2月7日(木)	2月8日(金)	
7:00				研 修					
10:00	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana	09:30~10:15 Total Beauty Kao	09:30~10:15 Glamorous Hip O.Mako				10:00~10:45 Balance Miwako	10:00~10:45 Glamorous Hip O.Mako	10:00~10:45 Beauty Waist Line Misako
11:00		10:45~11:30 Basic Miki	10:45~11:30 Beauty Waist Line Nana				11:15~12:00 Beauty Waist Line Nana		
13:00	12:00~12:45 Basic Miki	12:00~12:45 Balance Miwako	12:00~12:45 Basic Wakana				12:30~13:15 Basic Miwako	12:00~12:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	12:00~12:45 Glamorous Hip O.Mako
18:00	18:00~18:45 Glamorous Hip O.Mako	13:15~14:00 Glamorous Hip Kao	13:15~14:00 Circuit Shape Step (members only) Mee				18:00~18:45 CORE Beginner Misako	18:00~18:45 Total Beauty Miwako	18:00~18:45 Balance Miwako
19:00	19:05~19:50 Basic Wakana	14:30~15:15 Basic Miki	14:30~15:15 Balance O.Mako			18:30~19:15 Basic Mee	19:05~19:50 Balance Misako	19:05~19:50 Basic O.Mako	19:05~19:50 Beauty Waist Line Nana
20:00	20:10~20:55 Balance Miwako	15:45~16:30 Beauty Waist Line Mee	15:45~16:30 Basic Wakana			19:45~20:30 Glamorous Hip Kao	20:10~20:55 Circuit Shape Step (members only) Mee	20:10~20:55 Sun Energy Yoga Miwako	20:10~20:55 Total Beauty Miwako
21:00	21:15~22:00 Beauty Waist Line O.Mako	17:00~17:45 Sun Energy Yoga Miwako	17:00~17:45 Beauty Waist Line Nana			21:00~21:45 Beauty Waist Line Nana	21:15~22:00 Circuit Shape Step (members only) Mee	21:15~22:00 Beauty Waist Line Kao	21:15~22:00 Basic Miki
		18:15~19:00 Circuit Shape Step (members only) Mee	18:15~19:00 Balance Mee				21:15~22:00 Glamorous Hip O.Mako		

更新日2019/1/20

2019/2/9~2019/2/16

	2月9日(土)	2月10日(日)	2月11日(月)	2月12日(火)	2月13日(水)	2月14日(木)	2月15日(金)	2月16日(土)	
7:00			定 休 日						
10:00	10:00~10:45 Balance Mee	10:00~10:45 Beauty Waist Line Nana			10:00~10:45 Total Beauty Miwako	10:00~10:45 Basic Miki	10:00~10:45 Glamorous Hip Kao	10:00~10:45 Basic Wakana	10:00~10:45 Beauty Waist Line Kao
11:00	11:15~12:00 Basic Wakana	11:15~12:00 Total Beauty Kao			11:15~12:00 Basic Wakana	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:00~12:45 Basic Wakana	12:00~12:45 Balance Miwako	11:15~12:00 Glamorous Hip 未定
13:00	12:30~13:15 Sun Energy Yoga Miwako	12:30~13:15 Basic Nana			12:30~13:15 Basic Wakana				12:30~13:15 Basic Wakana
	13:45~14:30 Beauty Waist Line Mee	13:45~14:30 Glamorous Hip Kao			12:30~13:15 Beauty Waist Line Miwako				13:45~14:30 Sun Energy Yoga 未定
18:00	15:00~15:45 Total Beauty Miwako	15:00~16:00 Advance (members only) Mee			18:00~18:45 Circuit Shape Step (members only) Mee	18:00~18:45 Glamorous Hip Kao	18:00~18:45 Basic Nana	18:00~19:00 Advance (members only) Misako	15:00~15:45 Total Beauty Miwako
19:00	16:15~17:00 Basic Miki	16:30~17:15 Basic Wakana			19:05~19:50 Basic Miki	19:05~19:50 Balance Mee	19:05~19:50 Sun Energy Yoga Miwako	19:20~20:05 Basic Miki	16:15~17:00 Basic Wakana
20:00	17:30~18:15 Balance Miwako	17:45~18:30 Beauty Waist Line Mee			20:10~20:55 Basic Wakana	20:10~20:55 Basic Wakana	20:10~20:55 Beauty Waist Line Nana	20:25~21:10 Balance Mee	17:30~18:15 Beauty Waist Line Nana
21:00					21:15~22:00 Basic Miki	21:15~22:00 Total Beauty Kao	21:15~22:00 Balance Miwako	21:30~22:15 Beauty Waist Line Nana	

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】
 専用ダイヤル：0570-055-302 (平日/土曜 受付時間 8:30~21:00)
 (日曜日/祝日 受付時間 8:30~19:00)
 ※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。
 インターネットからのご予約をご利用下さい(24時間受付)
 ※時間外キャンセル扱いが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

◆病気や事故等によりインストラクターに若干の変更がある場合がございます。
 ◆ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄のお願いをしております。
 ◆当日キャンセルされる場合はレッスン開始の1時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。
 ※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルはお受けいたしかねます。
 ※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。
 ※キャンセル待ち繰り上げの設定は予約時に設定お願い致します。

2019/2/17~2019/2/24

	2月17日(日)	2月18日(月)	2月19日(火)	2月20日(水)	2月21日(木)	2月22日(金)	2月23日(土)	2月24日(日)	
7:00		定休日							
10:00	10:00~10:45 Glamorous Hip O.Mako		10:00~10:45 Basic Wakana	10:00~10:45 Balance Mee	10:00~10:45 Total Beauty Kao	10:00~10:45 Basic Miki	10:00~10:45 Balance Mee	10:00~10:45 Basic Miki	
11:00	11:15~12:00 Basic Miki						11:15~12:00 Beauty Waist Line O.Mako	11:15~12:00 Glamorous Hip 未定	
13:00	12:30~13:15 Beauty Waist Line Nana			12:00~12:45 Beauty Waist Line Mee	12:00~12:45 Sun Energy Yoga 未定	12:00~12:45 Glamorous Hip Kao	12:00~12:45 Beauty Waist Line Nana	12:30~13:15 Total Beauty Miwako	12:30~13:15 Balance O.Mako
	13:45~14:30 Balance O.Mako							13:45~14:30 Basic Wakana	13:45~14:30 Basic Miki
	15:00~15:45 Circuit Shape Step (members only) Mee						15:00~16:00 Advance (members only) Mee	15:00~15:45 Beauty Waist Line Kao	16:15~17:00 Balance Miwako
18:00	16:15~17:00 Basic Miki			18:00~18:45 CORE Beginner Misako	18:00~18:45 SURF HIIT (members only) Misako	18:00~18:45 Beauty Waist Line Nana	18:00~18:45 Glamorous Hip O.Mako	16:30~17:15 Glamorous Hip 未定	17:30~18:15 Total Beauty Kao
19:00	17:30~18:15 Balance Mee			19:05~19:50 SURF HIIT (members only) Misako	19:05~19:50 Total Beauty Misako	19:05~19:50 Circuit Shape Step (members only) Mee	19:05~19:50 Basic Wakana	17:45~18:30 Basic O.Mako	
20:00				20:10~20:55 Basic O.Mako	20:10~20:55 Glamorous Hip Kao	20:10~20:55 Basic Miki	20:10~20:55 Total Beauty Miwako		
21:00				21:15~22:00 Sun Energy Yoga 未定	21:15~22:00 Basic Nana	21:15~22:00 Sun Energy Yoga 未定	21:15~22:00 Balance O.Mako		

2019/2/25~2019/2/28

	2月25日(月)	2月26日(火)	2月27日(水)	2月28日(木)
7:00		定休日		
10:00	10:00~10:45 Circuit Shape Step (members only) Mee		10:00~10:45 Basic Wakana	10:00~10:45 Glamorous Hip O.Mako
11:00				
13:00	12:00~12:45 Basic Miki		12:00~12:45 Balance Mee	12:00~12:45 Basic Wakana
18:00	18:00~18:45 SURF HIIT (members only) Misako		18:00~18:45 Beauty Waist Line Mee	18:00~18:45 Basic Kao
19:00	19:05~19:50 Beauty Waist Line Misako		19:05~19:50 Glamorous Hip Kao	19:05~20:05 Advance (members only) Mee
20:00	20:10~20:55 Basic Glamorous Hip Mako		20:10~20:55 Basic Miki	20:25~21:10 Total Beauty Kao
21:00	21:15~22:00 Basic Wakana		21:15~22:00 Total Beauty Kao	21:30~22:15 Sun Energy Yoga 未定

【予約・お問い合わせ・キャンセル受付コールセンター】
専用ダイヤル：0570-055-302 (平日/土曜 受付時間 8:30~21:00)
(日曜日/祝日 受付時間 8:30~19:00)

※上記受付時間外はお電話でのご予約は承っておりません。
インターネットからのご予約をご利用下さい。(24時間受付)
※時間外キャンセル扱いが月に2回以上で、翌月の予約可能回数が1回に制限されます。

◆病気や事故等によりインストラクターに若干の変更がある場合がございます。
◆ご予約されたレッスンをキャンセルされる場合は、1時間前迄のお願いをしております。
◆当日キャンセルされる場合はレッスン開始の1時間前まではインターネット及びコールセンターにてキャンセルをお受け致します。
※レッスン開始時刻1時間前を過ぎてからのキャンセルはお受けいたしかねます。
※キャンセル料は発生致しませんが時間外キャンセル扱いとなりますのでご了承下さい。
※キャンセル待ち繰上りの設定は予約時に設定お願い致します。